

# らくらく呼吸教室



みなさん、一緒に呼吸の勉強をしませんか？  
息切れを伴う呼吸器のご病気でお悩みの患者さん、又は  
そのご家族、介護者の方を対象に『らくらく呼吸教室』を  
開催しています。どなたでもお気軽にご参加下さい！  
各回ごとに『テーマ』を決めていますが、興味のある回だけに参加して頂いても構いませんよ！！

テーマ	講 師	開催日
<b>運動療法①</b> 筋力トレーニング、ストレッチ方法を理学療法士が紹介します。	呼吸器内科医師 理学療法士	3月5日
<b>運動療法②</b> 筋力トレーニング、ストレッチ方法を理学療法士が紹介します。	呼吸器内科医師 理学療法士	5月7日
<b>日常生活での動作の仕方</b> 呼吸が楽になる日常生活の動き方を作業療法士が紹介します。	呼吸器内科医師 作業療法士	6月4日
<b>栄養、日常生活での注意</b> 管理栄養士が、食事のアドバイスを！看護師が、毎日の生活で注意してほしいポイントをアドバイスします。	呼吸器内科医師 管理栄養士 呼吸器内科病棟看護師	7月2日
<b>肺の病気に使う薬、吸入薬</b> 薬剤師が、吸入薬の使い方等サンプルを使ってお教えします。	呼吸器内科医師 薬剤師	8月6日

場所：1階講堂

時間：13:00～14:30頃

費用：無料

予約：不要



主催： 神戸市立医療センター中央市民病院 呼吸器内科  
協催： 帝人ヘルスケア株式会社